



Kreisverband
Norden e. V.

Tel: 04931/91 80 730
Fax: 04931/9180734



12.06.2023 – 18.06.2023

KW 24	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Menü 1:	Deftige Linsensuppe mit Kartoffeln und Rindfleisch & ψ g g l i y N: 419.14 kcal F: 5.43 g GF: 2.06 g C: 52.72 g Z: 4.83 g P: 38.03 g S: 0.29 g B: 4.39 BE	Schweineschnitzel mit Jägersauce, Salzkartoffeln und Blattsalat in Balsamicodressing & f w g a g l a l N: 508.49 kcal F: 10.76 g GF: 4.64 g C: 69.40 g Z: 10.76 g P: 30.50 g S: 1.12 g B: 5.78 BE	Kartoffelpuffer mit Apfelmus ∇ 2 c a a l N: 526.39 kcal F: 21.39 g GF: 9.13 g C: 72.66 g Z: 21.13 g P: 9.06 g S: 0.58 g B: 6.04 BE	Hühnerfrikassee in cremiger Sauce mit Erbsen, Spargel, Champignons und Butterreis ♣ y g a g l a l N: 359.51 kcal F: 1.55 g GF: 0.38 g C: 49.46 g Z: 0.71 g P: 35.65 g S: 0.57 g B: 4.12 BE	Pangasiusfilet in der Eihülle gebacken mit Kräutersauce auf feinen Gemüstreifen und Salzkartoffeln ⊕ j c g d a g l a l N: 372.40 kcal F: 8.67 g GF: 4.53 g C: 40.45 g Z: 4.96 g P: 31.29 g S: 0.62 g B: 3.36 BE	Braune Bohnensuppe mit geräucherter Mettwurst ψ w 15 i y g g l N: 592.77 kcal F: 25.40 g GF: 9.78 g C: 53.85 g Z: 5.24 g P: 36.22 g S: 2.51 g B: 4.49 BE	Rheinischer Sauerbraten mit Rosinensauce, Apfelrotkohl und Kartoffelklößen & ψ w 2 c g l a a l g i N: 481.82 kcal F: 16.81 g GF: 8.60 g C: 42.26 g Z: 9.59 g P: 39.12 g S: 2.52 g B: 3.51 BE
Menü 2:	Putengulasch mit Zwiebeln und Champignons in Rahmsauce, dazu Erbsengemüse und Spätzle ♣ f y g a g l a l N: 505.99 kcal F: 21.84 g GF: 7.76 g C: 30.03 g Z: 3.48 g P: 46.65 g S: 0.59 g B: 2.51 BE	Rinderfrikadelle mit Bratensauce, Kaisergemüse und Salzkartoffeln ψ c a g i j a l g l N: 591.37 kcal F: 23.71 g GF: 11.04 g C: 50.92 g Z: 6.80 g P: 42.19 g S: 0.37 g B: 4.23 BE	Truthahnbratwurst mit Rahmsauce, buntem Gemüse und Salzkartoffeln ψ ♣ j 4 2 3 15 f i j g a g l a l N: 379.55 kcal F: 7.97 g GF: 4.12 g C: 43.82 g Z: 7.07 g P: 31.10 g S: 3.01 g B: 3.64 BE	Gebratener Leberkäse mit Rahmsauce, Bayrischkraut und Kartoffelpüree ψ f w 15 g a g l a l N: 371.29 kcal F: 19.78 g GF: 8.94 g C: 13.89 g Z: 7.71 g P: 34.14 g S: 3.78 g B: 1.16 BE	Fleischkloppse mit Rahmsauce, Wirsinggemüse und Salzkartoffeln ψ j w i c g a g l a l N: 517.28 kcal F: 24.05 g GF: 12.33 g C: 50.62 g Z: 7.35 g P: 23.47 g S: 3.21 g B: 4.21 BE	Grüne Bohnenpfanne mit Rinderhack, Kirschtomaten und Kartoffelwürfeln ψ y g a a l N: 348.12 kcal F: 14.60 g GF: 6.44 g C: 26.76 g Z: 5.46 g P: 26.31 g S: 0.15 g B: 2.23 BE	Gebratenes Putensteak mit Curry-Sahnesauce und Gemüseis ♣ ♣ f i g a g l a l N: 537.78 kcal F: 19.50 g GF: 6.82 g C: 51.60 g Z: 1.63 g P: 38.38 g S: 0.37 g B: 4.30 BE
Menü 3:	Gebratene Gemüsefrikadelle mit brauner Sauce und Kartoffelpüree ∇ w 15 a3 i a6 c j a4 f g a2 a a l N: 266.58 kcal F: 10.59 g GF: 2.34 g C: 34.64 g Z: 3.51 g P: 7.12 g S: 1.60 g B: 2.89 BE	Milchreis mit Zimt und Zucker ∇ j 2 g g l N: 503.09 kcal F: 14.60 g GF: 9.67 g C: 74.19 g Z: 33.93 g P: 17.36 g S: 0.46 g B: 6.18 BE	Gebackene Polenta-Spinatssauce auf Ratatouille ⊕ ∞ c a g l g i j a l N: 201.12 kcal F: 10.48 g GF: 8.49 g C: 21.82 g Z: 3.93 g P: 4.83 g S: 0.53 g B: 1.80 BE	Knuspriges Sellerieschnitzel mit brauner Sauce und Salzkartoffeln ∇ i c j f g a g l a l N: 194.98 kcal F: 1.75 g GF: 1.04 g C: 36.58 g Z: 4.37 g P: 6.21 g S: 0.47 g B: 3.02 BE	Schupfnudelpfanne mit buntem Gemüse Kräutersauce ⊕ j i c g a g l a l N: 423.72 kcal F: 9.85 g GF: 4.43 g C: 66.35 g Z: 5.23 g P: 15.65 g S: 1.08 g B: 5.51 BE	Vegetarisch gefüllte Paprikaschote mit Tomatensauce und Butterreis g g l N: 262.18 kcal F: 1.45 g GF: 0.50 g C: 54.08 g Z: 6.13 g P: 7.06 g S: 0.11 g B: 4.51 BE	Vegetarische Bratwurst mit brauner Sauce, buntem Gemüse und Salzkartoffeln j c f g a g l a l N: 458.58 kcal F: 15.65 g GF: 4.58 g C: 54.90 g Z: 7.88 g P: 22.76 g S: 1.75 g B: 4.56 BE
Dessert:	Erdbeerjoghurt ∇ j g g l N: 129.87 kcal F: 3.27 g GF: 1.96 g C: 19.35 g Z: 19.19 g P: 4.88 g S: 0.13 g B: 1.61 BE	Buttermilch Dessert ∇ j g g l N: 130.16 kcal F: 0.58 g GF: 0.32 g C: 26.16 g Z: 25.40 g P: 3.87 g S: 0.14 g B: 2.17 BE	Fruchtcocktail w 9 z N: 357.06 kcal F: 31.75 g GF: 13.08 g C: 0.33 g Z: 0.32 g P: 18.38 g S: 2.39 g B: 0.03 BE	Orangen-Limette-Buttermilch Dessert j 25 34 g g l N: 130.16 kcal F: 0.58 g GF: 0.32 g C: 26.16 g Z: 25.40 g P: 3.87 g S: 0.14 g B: 2.17 BE	Grieß Pudding ∇ j g a g l a l N: 180.32 kcal F: 4.15 g GF: 2.61 g C: 29.44 g Z: 11.14 g P: 5.81 g S: 0.10 g B: 2.45 BE	Kirschjoghurt ∇ j f g g l N: 129.87 kcal F: 3.27 g GF: 1.96 g C: 19.35 g Z: 19.19 g P: 4.88 g S: 0.13 g B: 1.61 BE	Nuss- Nougat Pudding ∇ j t g g l N: 663.96 kcal F: 39.11 g GF: 23.40 g C: 72.95 g Z: 72.01 g P: 5.40 g S: 0.04 g B: 6.08 BE

Nährwertangaben pro Portion N: Brennwert F: Fett GF: davon gesättigte Fettsäuren C: Kohlenhydrate Z: davon Zucker P: Eiweiß S: Salz B: Proteineinheit

Allergene Inhaltsstoffe

- a Gluten
- a2 Roggen
- a4 Hafer
- c Eier
- f Soja
- g1 Milcheiweiß
- j Senf
- y Hülsenfrucht
- a1 Weizen
- a3 Gerste (Malz)
- a6 Dinkel/ Grünkern
- d Fisch
- g Milch und Milcherzeugnisse
- i Sellerie
- t Schalenfrucht
- z Zitrusfrucht

Zusatzstoffe

- 2 mit Konservierungsstoffen
- 4 mit Geschmacksverstärker
- 15 Nitrat/Nitrit
- 34 Verdickungsmittel
- 3 mit Antioxidationsmittel
- 9 mit Säuerungsmittel
- 25 Modifizierte Stärke

Eigenschaften

- ‡ Fructose Malabsorption
- ♣ Halal
- ∫ Laktose
- ψ Rindfleisch
- ∞ Vegan
- ♣ Geflügel
- ⊕ Knoblauch
- & Muskelfleisch
- ⊕ Schweinefleisch
- ∇ Vegetarisch

Bitte den Speiseplan bis spätestens **22.05.2023** an uns zurück!!!